



Tanz, Gaudi und jede Menge Bier zu gewinnen

Männerballetts kämpfen in Seligenstadt um den Sieg

Seligenstadt (ah) Vor ausverkauftem Haus und in bester Stimmung in der Heimatbundhalle in Seligenstadt traten acht Männerballettgruppen gegeneinander an, um den begehrten Sieg zu ertanzen. Das Publikum war von Anfang an voll dabei – und schon bevor der erste Tanzschritt auf der Bühne gesetzt wurde, sorgten drei Gaudi-Spiele für reichlich Gelächter und lautstarke Anfeuerungsrufe. Den Auftakt machte ein Geschicklichkeitsspiel: Die Gruppen mussten sich an den Händen halten und gemeinsam so schnell wie möglich durch

einen Hula-Hoop-Reifen klettern. In rekordverdächtigen zwölf Sekunden sicherte sich hier die Gruppe „Just4Beer“ aus Zellhausen den ersten Spaß-Sieg des Abends. Beim zweiten Spiel wurde es nicht weniger knifflig: Eine Orange musste unter dem Kinn eingeklemmt und ohne Hilfe der Hände an den Nebemann weitergegeben werden. Hier hatte „Taktlos“ aus Rodgau die Nase vorn. Beim dritten Spiel ging es dann rasant zu: Mit einem Bobbycar musste ein Parcours gemeistert werden. Die schnellste und geschickteste Fahrt legte dabei

die Gruppe „Greene Hepper“ aus Froschhausen hin. Danach wurde es ernst – zumindest ein bisschen. In originellen Kostümen und mit aufwendig einstudierten Choreografien eroberten die Männerballetts die Bühne. Wie professionelle Fastnachts-Tanzkunst aussehen kann, zeigte zwischen durch auch die Garde des Veranstalters, der Seligenstädter Fastnachtsfreunde (SFF), mit einer beeindruckenden Darbietung. Unter den kritischen, aber erfahrenen Augen der Jury präsentierten alle acht Gruppen ihr Können – und wurden dafür vom Publikum

mit begeistertem Applaus belohnt. Nach dem letzten Auftritt zog sich die Jury zur Beratung zurück, während im Saal gespannt auf das Ergebnis gewartet wurde. Wie seit Jahren üblich, wurden zunächst fünf gleichwertige Platzierungen vergeben. Diese gingen an die „Rodau Piraten“ aus Obertshausen, die „Greene Hepper“, das Männerballett der Seligenstädter Stadtkapelle, das Wagenbauerballett sowie die „Dänzer der PGAG“.

Alle erhielten eine Urkunde und einen Gutschein für zwei Kisten Bier, gestiftet von der Glaabsbräu. Dann wurde es ernst auf dem „Treppehen“: Den dritten Platz und damit einen Gutschein über 20 Liter Bier ertanzte sich „Taktlos“ aus Rodgau. Auf Platz zwei landeten die „Maaflinger Baaschnicker“, die sich über eine Urkunde und einen Gutschein über 30 Liter Bier freuen durften. Als schließlich der zweite Platz verkündet war, brach bei der Gruppe „Just4Beer“

aus Zellhausen großer Jubel aus – denn damit stand fest: Sie hatten den Wettbewerb gewonnen. Für den ersten Platz gab es neben der Siegerurkunde einen Gutschein über stolze 50 Liter Bier. Natürlich durfte zum Abschluss der traditionelle Ehrentanz der Sieger nicht fehlen – und der wurde vom Publikum noch einmal lautstark gefeiert. Ein rundum gelungener Abend voller Tanz, Humor und echter Fastnachtsstimmung

Foto: ah

Heimatshoppen 2026

„Gemeinsam für unsere lebendige Gemeinde“

Hainburg (DK) Am 20. und 21. März 2026 steht Hainburg ganz im Zeichen des Heimatshoppens. Auf Initiative der IHK laden zahlreiche Hainburger Unternehmen dazu ein, die Vielfalt, Qualität und persönliche Beratung des lokalen Handels zu entdecken.

Ob Einzelhandel, Handwerk oder Dienstleistung – viele engagierte Betriebe aus Hainburg beteiligen sich an der Aktion und zeigen eindrucksvoll, wie attraktiv Einkaufen vor Ort sein kann. Zu den teilnehmenden Unternehmen zählen unter anderem die Sonnen Apotheke, Die Bücherstube, das Modehaus Blumör, das Schuhhaus Franz, Juwelier Kins, Allgo Games, Zuhause Zauber, der Optiker Große-

Venhaus, BMW Euler sowie Fabo Schwab. Sie alle stehen beispielhaft für die Vielfalt und Leistungsfähigkeit des Hainburger Gewerbes.

Heimatshoppen bedeutet kurze Wege, direkte Ansprechpartner und Produkte mit Herz und Herkunft. Wer lokal kauft, stärkt nicht nur die heimische Wirtschaft, sondern trägt auch aktiv zu einer lebendigen Ortsmitte und zum Erhalt von Arbeits- und Ausbildungsplätzen bei. Die Gemeinde Hainburg unterstützt diese wichtige Initiative ausdrücklich und ruft alle Bürgerinnen und Bürger dazu auf: Kaufen Sie vor Ort ein und setzen Sie ein starkes Zeichen für unsere heimischen Unternehmen. Jeder Einkauf in

Hainburg ist eine Investition in die Zukunft unserer Gemeinde.

Sehr gerne unterstützt die Gemeindeverwaltung gemeinsam mit der Wirtschaftsförderung Hainburg diese großartige Aktion. „Das Heimatshoppen ist ein wichtiges Zeichen für Zusammenhalt, regionale Stärke und eine lebendige lokale Wirtschaft“, betont Bürgermeister Christian Spahn und dankt den Organisatoren sowie allen teilnehmenden Unternehmen für ihr großes Engagement. Die Gemeinde Hainburg wünscht dem Heimatshoppen 2026 viel Erfolg, zahlreiche Besucherinnen und Besucher und zwei lebendige Tage ganz im Zeichen unserer lokalen Wirtschaft.



IN EIGENER SACHE

In KW14/26 wird aufgrund des Feiertages am Freitag der Anzeigen- und Redaktionsschluss auf Montag, 30. März 2026, 12 Uhr vorverlegt. Wir bitten um Beachtung.

Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen

(einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Blaskapelle
feucht&willig,
Das Futterhaus,
Edeka, Expert Klein,
Lidl, Löwe Fenster,
Marktauf, Netto,
Polster Aktuell,
Penny, Rossmann,
toom Baumarkt

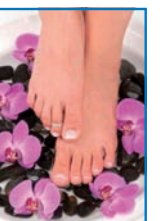
Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 06182/992360 · Mobil: 01577-3751467
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspflegestudio.de



EGRO
Direktwerbung GmbH

WIR SUCHEN
ZUSTELLER (m/w/d)
(Ab 13 Jahren)

Mehr Informationen:
☎ 06104 4970-90

✉ zusteller@egro-direktwerbung.de



Volks-Invest: „Jeder soll die Chance haben, klug zu investieren“

Interview: Markus Echternach und Paul-Maria Hülsmann verraten, wie Privatpersonen ab sofort von stabilen Renditen profitieren



Paul-Maria Hülsmann (links) und Markus Echternach

Inflation frisst Ersparnis, Sparbücher bringen kaum noch Zinsen. Doch immer mehr Menschen suchen nach sicheren Wegen, ihr Geld sinnvoll anzulegen. Genau hier setzt Volks-Invest an: Die Kooperation zwischen der EGRO Mediengruppe – zu der auch das Berliner Abendblatt gehört – und der digitalen Investment-Plattform FINEXITY macht exklusive Anlagechancen für Privatpersonen zugänglich. Markus Echternach (EGRO) und Paul-Maria Hülsmann (FINEXITY) erklären die Idee dahinter. **Wie kam es zur Kooperation von EGRO und FINEXITY?** Echternach: Ein gemeinsamer Bekannter brachte uns zusammen. FINEXITY hat die technologische Lösung, wir die vertrauensvolle Medienreichweite. So machen wir Private-Market-Investments für alle zugänglich. Hülsmann: Volks-Invest verbindet FINEXITYs Digital- und Ka-

Fotos: FINEXITY/EGRO
pitalmarktexpertise mit EGROs medialer Plattform. Denn ein gutes Produkt muss nicht nur funktionieren – es muss auch einfach und bekannt sein. Genau das schaffen wir gemeinsam. **Warum braucht es gerade jetzt ein Angebot wie Volks-Invest?** Hülsmann: Privatpersonen haben heute kaum Alternativen: Sparbuch mit Mini-Zinsen oder schwankungsanfällige Aktien. Dabei investieren Vermögende schon länger bis zu 30 Prozent ihres Portfolios in Private Markets, diese sorgen für Stabilität, Inflationsschutz und gute Renditen – insbesondere im Infrastruktur- und Energieumfeld. Durch Volks-Invest kann jeder – ob mit 50 € oder 50.000 € – digital und einfach in dieselben Anlageklassen einsteigen wie Millionäre. Das ist echte Chancengleichheit. Echternach: Die Produkte von

FINEXITY haben mich sofort überzeugt. Mit Volks-Invest wollen wir den Einstieg in Finanzprodukte ermöglichen, die bisher nur Großanlegern offenstanden. Sicher, transparent und vertrauenswürdig, genau wie unsere lokalen Medien. **Wie machen Sie Private-Market-Investments für „Otto Normalverbraucher“ zugänglich?** Hülsmann: Wir haben die Technik und Erfahrung mit Hunderten erfolgreicher Transaktionen. Jetzt nutzen wir diese Expertise, um Private-Market-Investments einfach, digital und für jeden zugänglich zu machen. Ohne Kompromisse bei Sicherheit oder Transparenz. **Welche konkreten Anlageformen können Leser:innen über Volks-Invest nutzen – und was unterscheidet sie von klassischen Sparprodukten?** Hülsmann: Wir starten mit Erneuerbaren Energien – staatlich reguliert und mit langfristigen Rahmenbedingungen für stabile Erträge. Unser Fokus liegt nicht auf maximaler Rendite, sondern auf kontinuierlichem Vermögensaufbau über mehrere Jahre. Genau das fehlt in Deutschland: sichere, langfristige Anlagen, die

mehr als nur Mini-Zinsen bringen. Echternach: Die Inflation der letzten Jahre hat gezeigt: Klassische Sparprodukte bauen Vermögen ab, statt es zu mehren. Volks-Invest bietet die Chance, klüger zu investieren und so wirklich etwas aufzubauen.



Wie sicher sind diese Investments? Welche Risiken gibt es und wie gehen Sie damit um? Echternach: Absolute Sicherheit gibt es nicht, nicht einmal bei Schließfächern, wie aktuelle Vorfälle zeigen. Aber wir nehmen das Vertrauen unserer Leser und Leserinnen ernst und setzen auf strenge Prüfung und langfristige Stabilität. Mit FINEXITY haben wir einen Partner, der Risiken minimiert, ganz ohne kurzfristige Zockerei. Hülsmann: Jede Anlage birgt Risiken, deshalb wählen wir unsere Projekte sorgfältig aus. Wir starten mit Infrastruktur und Erneuerbaren Energien, weil sie

staatlich gefördert und langfristig stabil sind. Zudem arbeiten wir nur mit erfahrenen Partnern, die eine bewährte Erfolgsbilanz vorweisen. So schaffen wir Vertrauen durch Qualität. **Ab welchen Beträgen kann man bei Volks-Invest einsteigen?** Hülsmann: Schon ab 50 Euro können Sie einsteigen, ganz ohne Mindestlaufzeit. Einfach registrieren, Projekt auswählen, digital zeichnen. Danach überweisen Sie das Geld, und schon sind Sie dabei. Die Auszahlungen erfolgen dann monatlich oder jährlich, je nach Projekt. Echternach: Wir wollen Finanzinvestments für alle öffnen, ohne Hürden. Bei Volks-Invest dauert es von der Anmeldung bis zum ersten Investment kaum drei Minuten. Technisch gibt es keine Barrieren, nur Chancen. **Die EGRO informiert wöchentlich über Volks-Invest. Warum ist Aufklärung so wichtig?** Echternach: Inflation und Niedrigzinsen fressen Ersparnis auf, während die Rente für viele nicht mehr ausreichen wird. Wir wollen Ängste abbauen und zeigen: Finanzmärkte sind kein Buch mit sieben Siegeln. Mit einfachen Erklärun-

gen, Experteninterviews und Schritt-für-Schritt-Anleitungen machen wir Finanzwissen für alle zugänglich. Nur wer Bescheid weiß, kann klug entscheiden. **Welche langfristigen Ziele verfolgen Sie mit Volks-Invest?** Hülsmann: Wir wollen bessere Finanzprodukte für mehr Bürgerinnen und Bürger. Volks-Invest bietet die Chance für Investments, für die man sonst viel Geld in die Hand nehmen müsste. Dank uns kann man mit kleinen Beträgen investieren wie die sehr Vermögenden. Echternach: Der einfachste Weg, es herauszufinden? Einfach ausprobieren! Scannen Sie den QR-Code, registrieren Sie sich und entdecken Sie, wie unkompliziert Investieren sein kann. (Interview: Sascha Uhlig) Weitere Infos: www.volks-invest.de Oder ganz einfach den QR-Code scannen:



„Hilfe Füreinander“

Seligenstadt (DK) Der Verein ‚Hilfe Füreinander e.V.‘ unternimmt am 15. April einen Besuch bei der EZB Frankfurt. Im Rahmen einer sachkundigen Führung durch die aktuelle Ausstellung (90 Minuten) wird man transparent erfahren, wie sich die weitreichenden EZB-Entscheidungen auf den privaten Alltag auswirken. Mittagessen und anschließende Führung durch die Altstadt

sind vorgesehen. Anmeldungen sind ab dem 16. März im Büro (Tel. 200502) möglich, die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen begrenzt. Kosten 6€ für Bahnticket. Treffpunkt 9 Uhr am Bahnhof Seligenstadt.

Der Verein ‚Hilfe Füreinander e.V.‘ lädt am 20. April zu einem Skatturnier in die „Gute Quelle“ ein. Start ist um 15 Uhr; Teilnahmekosten: 3 €

Stadtarchiv schließt am 24. März

Seligenstadt (DK) Das Stadtarchiv der Einhardstadt Seligenstadt bleibt am Dienstag, 24. März 2026 aus personellen Gründen geschlossen. Das Stadtarchiv mit Sitz in

Froschhausen hat dienstags von 9:00 bis 12:00 sowie von 14:00 bis 17:00 Uhr geöffnet. Wichtige Anfragen können per E-Mail unter stadtar-chiv@seligenstadt.de gestellt werden.

Seligenstadt (DK) Gut besucht war am 8. März das städtische Nachbarschaftshaus (Am Hasenpfad 31). Frauenbeauftragte Verena May (im Bild) hatte anlässlich des Internationalen Frauentags zu einer eindrücklichen Lesung von Shanaya Lane zum Thema sexueller Missbrauch geladen. Nach dem emotionalen Erfahrungsbericht der Betroffenen bot eine anschließende Gruppenarbeit die Gelegenheit für intensive Gespräche und einen offenen Austausch. „Begegnungen wie diese sind von großer Bedeutung“, so Erster Stadtrat Oliver Steidl (im Bild). „Sie schaffen einen sicheren



Raum für gegenseitige Unterstützung, fördern das öffentliche Bewusstsein, ermöglichen Vernetzung und leisten somit einen wichtigen Beitrag zur gesellschaftlichen Entstigmatisierung.“ Zum anschließenden Wildgans-Qigong-Workshop ging es bei bestem Wetter ins

Freie. Unter der Anleitung von Meditationsleiterin Snezana Sattler spürten die Frauen schnell positive Effekte wie mehr Balance, Beweglichkeit und Reaktionsvermögen. Stärken konnten sich die insgesamt rund 35 Teilnehmerinnen an einem bunten Buffet des Frau-

ennetzwerks und des Internationalen Nachbarschaftsvereins. Regelmäßiger Austausch im Frauencafé Jeden dritten Freitag im Monat lädt das städtische Frauenbüro zum Frauencafé ins Nachbarschaftshaus ein (Am Hasenpfad 31). Von 15 bis 17 Uhr werden in lockerer Atmosphäre regelmäßig Bücher vorgestellt, aktuelle Themen besprochen und Ideen ausgetauscht. Der nächste Termin ist Freitag, 20. März. Weitere Informationen und Kontakt: Frauenbeauftragte Verena May, E-Mail Frauen-buero@seligenstadt.de, Telefon 06182/87-4200.

Foto: Stadt Seligenstadt

Kirche und Film – Film in der Kirche

Klein-Krotzenburg (DK) Am Freitag, 27. März, zeigt die Filmgemeinschaft Klein-Krotzenburg den Film "Sister Act – Eine himmlische Karriere". Die Vorführung findet um 20 Uhr in der evangelischen Kirche in der Scheusenstraße 17 statt. Der Eintritt ist wie immer frei. Deloris (Whoopi Goldberg) ist eine lebensfreudige Person, die in einer Bar als Sängerin arbeitet. Eines Tages wird sie jedoch Zeugin, wie ihr Freund Vincent, ein lokaler Mafia-Boss, einen seiner Feinde kaltblütig liquidiert. Da Vincent es nicht mag, wenn Zeugen anwesend sind, versucht er, Deloris ebenfalls zu ermorden. Diese kann aber in letzter Sekunde noch

entkommen und findet Schutz bei der Polizei. Aus Sicherheit vor ihrem mörderischen Freund wird Deloris in ein Zeugenschutzprogramm gepackt und an einen Ort gebracht, an dem sie niemand vermuten würde – ein Konvent in San Francisco. Hat sie anfangs noch Schwierigkeiten, einen Platz unter den Nonnen zu finden, ändert sich dies relativ schnell, als sie von der Oberin zum Chorsingen verdonnert wird. Sie übernimmt die Leitung des Klosterchors, der damit zu einer regionalen Berühmtheit wird. Durch die neu-erliche Aufmerksamkeit schafft es aber auch Vincent, herauszufinden, wo sich seine dringend gesuchte Zeugin aufhält...

Seligenstadt (DK) Mit Beginn der Wachstumsphase stehen auf allen städtischen Friedhöfen wieder der regelmäßige Rasenschnitt wie auch die Pflege der Gemeinschaftsgrabanlage an. Erster Stadtrat Oliver Steidl macht darauf aufmerksam, dass zum Mähen der Rasenflächen auch die Rasengräber für Ur-

nen- und Sargbestattungen auf dem neuen Friedhof in Seligenstadt gehören. Für Angehörige, die ein Gedenklicht für ihre Verstorbenen aufstellen möchten, ist an der Rasengrabfläche eine Platte vorhanden, auf der die Grablichter und andere Gedenk-Gegenstände abgestellt werden können. Dasselbe gilt

für die Baumgrab-Urnenanlage sowie die Urnen-Gemeinschaftsgräber auf dem neuen Friedhof. Auch hier ist die Ablage von Blumen direkt am Grab nicht gestattet. Die Friedhofsmitarbeiter sind angehalten, alle nach dem 10. April 2026 noch auf den Rasenflächen sowie in den Gemeinschaftsgrabanlagen

vorhandenen Grablichter, Sträuße und andere Gegenstände zu entfernen und zu entsorgen, damit das Mähen und die Pflege der Rasen- und Pflanzflächen gewährleistet sind. „Wir bitten ausdrücklich um Beachtung und bedanken uns schon im Voraus für Ihr Verständnis“, so der Erste Stadtrat Oliver Steidl.

Erfolgreicher Blutspendetermin in Hainstadt

Hainstadt (DK) Der Blutspendetermin des DRK Ortsvereins Hainstadt am 9. März war sehr gut besucht. Insgesamt 142 Blutspenderinnen und Blutspender folgten dem Aufruf zur Blutspende. Besonders erfreulich ist dabei der Anteil von 12 Erstspenderinnen und Erstspendern, die sich erstmals entschieden haben, mit ihrer Spende Leben zu retten. Während des laufenden Ter-

mins wurden die Einsatzkräfte des Ortsvereins jedoch zu einem Dachstuhlbrand in der Hauptstraße alarmiert. Ein Teil der Helferinnen und Helfer rückte daraufhin zur Unterstützung der Einsatzkräfte aus. Der Blutspendetermin konnte nach kurzer organisatorischer Umstellung dennoch weitergeführt werden, sodass alle angemeldeten Spenderinnen und

Spender ihre Blutspende abgeben konnten. Für zusätzliche Motivation sorgte ein Gewinnspiel des Blutspendedienstes, bei dem unter allen teilnehmenden Spenderinnen und Spendern eine Flugreise nach Mailand verlost wird. Der DRK Ortsverein Hainstadt bedankt sich herzlich bei allen Blutspenderinnen und Blut-

spendern für ihre Unterstützung sowie bei den zahlreichen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die trotz des parallelen Einsatzgeschehens für einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung sorgten. Der nächste Blutspendetermin in Hainstadt findet am 15. Mai statt. Der Ortsverein freut sich bereits jetzt über viele Spenderinnen und Spender.

Umgestaltung des Kinderspielfplatzes schreitet voran

Geplante Spielgeräte stehen nach Bürgerschaftsanhörung fest

Seligenstadt (DK) Der große Spielplatz an der Berliner Straße ist in die Jahre gekommen und aus Sicherheitsgründen sind einige Spielbereiche abgesperrt. Um diesen Missstand zu beheben hatte Erster Stadtrat Oliver Steidl im vergangenen Jahr sein Grünflächenamt mit einer ganzheitlichen Neuplanung beauftragt. Das Gelände sollte wieder mit Freuden als Spielplatz und Elterntreff genutzt werden können. Um die Neugestaltung nicht an den Bedürfnissen der Familien, die dort ihre Freizeit verbringen, vorbe-

zuplanen wurden mehrere Beteiligungsmöglichkeiten geschaffen: Bürgerschaftsanhörung im Nachbarschaftshaus im November letzten Jahres, Ausgabe von Fragebögen an Kinder und Jugendliche, die im Jugendtreff vom Nachbarschaftshaus abgeben werden konnten, Abfrage des Meinungsbildes der älteren Bürgerschaft beim Seniorenfrühstück, Schalten einer eigenen, bis Jahresende gültigen E-Mail-Adresse für Vorschläge, bekanntgemacht durch die örtliche Presse, die städtische Homepage und über Soci-

al-Media Kanäle. „Ich bedanke mich bei jedem, der sich beteiligt und damit positiven Einfluss auf die Gestaltung des Spielplatzes genommen hat. Wir haben die Meinungen und Vorschläge gesammelt und auf Machbarkeit geprüft. Die Auswertungsergebnisse zeigen besonders die große Beliebtheit des vorhandenen Bodentrampolins, welche sich auch in dessen starkem Verschleiß zeigt. Ebenfalls zentrales Thema im Bestand ist die große Kletterkombination. Neben Lob für deren große Rutsche gab es auch

Kritik, denn Fallhöhe und Schwingung des fordernden Gerätes sorgen für Unsicherheiten. Der Inbetriebnahme der lange gesperrten Matschanlage wird entgegengefeuert, nicht zuletzt wegen der Abkühlung durch Wasser und Schattenlage. Der Wunsch nach einer Erweiterung des Sandspielbereiches in Größe und Angebot kam mehrfach auf, sowie nach regelmäßigem Reinigen bzw. Tauschen des Sandes. Kritische Äußerungen fielen bezüglich des Hügels in der Platzmitte, dieser sei zu steil und schränke zudem die Sicht der Betreuenden ein. Auch die Steinblöcke am nördlichen Eingang wurden negativ bewertet, sie werden nicht als Spielelement wahrgenommen. Steine und Hügel versperren Raum für Alternativangebote. Die Nachfrage nach zusätzlichen Sitzgelegenheiten kam gleichermaßen von Seniorinnen und Senioren wie von Kindern, letztere wünschen mehr Verweilmöglichkeit für Ihre Begleitenden. Deutlicher Wunsch ist die Anschaffung einer Schaukel, die derzeit gänzlich fehlt. Unter den weiteren Ideen gab es zwar keine auffälligen Mehrungen, aber viele gute Ideen, die je nach Umsetzbarkeit in die Gestaltung einfließen könnten, dar-

EXPERTENRAT



Der Fersensitz – utopisch oder Übungssache?

Für viele Menschen wirkt der Fersensitz unerreichbar. Die Knie stark gebeugt, das Gesäß auf den Fersen – schon beim Gedanken daran melden sich Spannungsgefühle in Knien, Oberschenkeln oder Sprunggelenken. Schnell entsteht der Eindruck: „Meine Knie können das nicht.“ Dabei gehört auch diese Position ursprünglich zum natürlichen Bewegungsrepertoire des Menschen. Kinder gelangen meist mühelos in diese Haltung und verlassen sie ebenso leicht wieder. Ein Grund, warum sie uns später schwerfällt, liegt im Alltag: Wir beugen unsere Knie meist nur bis etwa 90 Grad – beim Sitzen, Aufstehen oder Trep-pensteigen. Tiefe Beugung findet kaum noch statt. Der Körper verliert dadurch nicht zwingend die Fähigkeit, aber die Gewohnheit und die Belastbarkeit in diesen Positionen. Der Fersensitz muss deshalb nicht sofort vollständig möglich sein. Oft hilft es, sich langsam anzunähern: zunächst nur kurz in die Position

gehen, vielleicht ein Kissen zwischen Fersen und Gesäß legen oder sich mit den Händen abstützen. Wichtig ist, nicht in Schmerzen hinein zu arbeiten. Wie bei vielen Bewegungen gilt auch hier: Was wir regelmäßig nutzen, bleibt erhalten. Was wir vermeiden, wird mit der Zeit schwieriger. Die Frage ist also weniger, ob der Fersensitz utopisch ist – sondern ob wir unserem Körper wieder Gelegenheit geben, diese Position kennenzulernen.

Ihr Friedrich Klucke
Fitnessökonom (B.A.) und Personal Trainer


FRIEDRICH KLUCKE

Bei Rückfragen kontaktieren Sie mich gerne bei WhatsApp: +4916091630372
friedrich.klucke@live.de
www.friedrichklucke.de



unter z.B. Naschpflanzen oder mehr Farbenvielfalt. Sehr gefragt waren Basketballkörbe und kleine Fußballtore, deren Platzbedarf leider zu hoch ist“, fasst Erster Stadtrat Oliver Steidl zusammen.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung


Rhein Main Verlag

Gesundheit

ANZEIGE

NEU: Rubaxx CBD Gel PLUS – extra stark mit über 1000 mg CBD

Innovativer CBD-PLUS-KOMPLEX für strapazierte Muskel- und Gelenkzonen

Die einen spüren abends die Belastung des Tages in Beinen, Rücken oder Schultern. Die anderen kämpfen mit verspannten oder müden Muskeln nach einseitiger Belastung oder Sport. Eine schnelle und spürbare Versorgung der strapazierten Körperzonen ist dann enorm wichtig. Genau das leistet das neue Rubaxx CBD Gel PLUS mit CBD-PLUS-KOMPLEX mit 3-fach-Aktiv-Prinzip:

1. Aktivierung der Haut
Menthol ist dafür bekannt, bestimmte Ionenkanäle der Haut, die sogenannten TRPM8, zu aktivieren. Menthol kann außerdem die lokale Mikrozirkulation erhöhen. Durch das Einmassieren des Gels sorgt es so für eine sanfte



Aktiviert die Haut
+ Kühleffekt
+ 1080 mg CBD

Steigerung der Durchblutung und eine bessere lokale Verteilung der Inhaltsstoffe.

2. Sofortiger Frische-Effekt
Durch die Stimulierung der Kälte-Rezeptoren in der Haut liefert Menthol ein sofortiges angenehm kühlendes Frischegefühl auf der Haut. Perfekt ergänzt wird der Vorgang durch Minzöl, welches das Frischegefühl intensiviert.

3. Das Plus an CBD
Entwickelt von einem deutschen Forscherteam, enthält Rubaxx CBD Gel PLUS nun **1080 mg reines CBD** und ist damit das **höchstdosierte Gel in deutschen Apotheken**. THC ist dabei vollständig ausgeschlossen, ebenso wie unerwünschte Pflanzenbestandteile.

Neu in der Apotheke
Rubaxx CBD Gel PLUS kombiniert modernste Geltechnologie mit einem intelligenten **CBD-PLUS-KOMPLEX**. Durch regelmäßiges Einmassieren können Muskeln und Gelenkregionen gelockert und entspannt sowie die Durchblutung gefördert werden. Das Gel eignet sich insbesondere nach täglicher Anstrengung, einseitigen Belastungen sowie langem Sitzen, Stehen oder Laufen. Ideal für Körperpartien, die sich angespannt oder überlastet anfühlen.

Rubaxx CBD Gel PLUS ist ganz neu in der Apotheke erhältlich. Sollte es Ihre Apotheke vor Ort noch nicht vorrätig haben, ist es in wenigen Stunden für Sie abholbereit. Alternativ ist Rubaxx CBD Gel PLUS auch online erhältlich.

NEU Für Ihre Apotheke:

Rubaxx CBD Gel PLUS
(PZN 20136718)

www.rubaxx.de



NEU

Mit dem extra **PLUS.**



Von der Nr. 1*

RubaXX®

*CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2025 • Rubaxx CBD Gel PLUS ist ein Kosmetikum und enthält CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

Freie Wähler Seligenstadt machen wieder „Putz“ im Stadtgebiet

Seligenstadt (RA) Die Freien Wähler Seligenstadt laden auch in diesem Jahr wieder zum gemeinsamen Frühjahrsputz im Stadtgebiet ein. Die Aktion findet am Samstag, den 28. März statt. Treffpunkt für alle freiwilligen Helferinnen und Helfer ist um 11 Uhr auf der Bleiche am Evangelischen Gemeindezentrum. Mit der traditionellen Müllsammelaktion möchten die Freien Wähler dazu beitragen, Seligenstadt nach den Wintermonaten wieder ein Stück sauberer und lebenswerter zu machen. In den vergangenen Jahren stieß die Initiative stets

auf große Resonanz bei Bürgerinnen und Bürgern, Vereinen sowie Familien, die gemeinsam für ein sauberes Stadtbild aktiv wurden. Pressesprecher Hagen Oftring erläutert den Ablauf der Aktion: „Wie gewohnt treffen wir uns zunächst auf der Bleiche. Dort bilden wir kleine Gruppen, die sich anschließend in verschiedene Bereiche des Stadtgebiets aufteilen, um möglichst viele Wege, Grünflächen und Plätze von Müll zu befreien. Die entsprechenden Arbeitsmaterialien wie Handschuhe, Müllgreifer und Bollerwagen stellen wir selbst-



verständlich wieder zur Verfügung.“ Zum Abschluss der Aktion kommen alle Teilnehmenden noch einmal zusammen. Er-

ster Vorsitzender Jürgen Kraft freut sich über die Veranstaltung: „Am Ende der Sammelaktion treffen sich die Helferinnen und Helfer traditionell

noch einmal, um über die ungewöhnlichsten Fundstücke zu berichten. Es ist immer wieder erstaunlich, was dabei so alles zum Vorschein kommt.“

Die Freien Wähler Seligenstadt freuen sich über jede helfende Hand. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Wer mit anpacken möchte, kann einfach am 28. März um 11 Uhr zur Bleiche kommen und mitmachen. Gemeinsam soll so ein sichtbarer Beitrag für eine saubere und lebenswerte Stadt geleistet werden. Noch Fragen? Mehr über die Freien Wähler erfahrt ihr auf der Website www.fwsseligenstadt.de oder in den sozialen Netzwerken, wie Facebook und Instagram.

Foto: FWS

Heilige Legenden – Böhse Onkelz Nacht

Der Kurier verlost 3 x 2 Karten

Seligenstadt (RA) Als Supportband bei dem Festival der Böhse Onkelz dem "Matapalo Festival" im Juni 2018 in Leipzig, durften die Jungs vor den Onkelz und vielen tausenden Fans ihr Können unter Beweis stellen. Nach diesem erfolgreichen Konzert folgte das nächste Highlight. - Heilige Legenden rockten im November 2019 beim B.O.S.C. "Böhse Onkelz Fanclub" in der Turbinenhalle in Oberhausen bei dem auch wieder die Böhse Onkelz mit

am Start waren. Seit 2010 sind Heilige Legenden regelmäßig in ganz Deutschland auf vielen Konzerten anzutreffen. Das sind Konzerte mit über 20.000 Leuten aber auch Konzerte in Clubs in kleinerem Rahmen. Mit verzerrten Gitarren, eingängigen Rythmen und viel Leidenschaft performen die Jungs die Lieder der Böhse Onkelz und ziehen dabei das Publikum in den Bann, dieser einzigartigen Band. Neben den mitreißenden Songs, die dem Original in

Nichts nachstehen, ergibt sich für den Zuschauer auch eine Bühnenshow, die ein bis zu 4-stündiges Konzert der Heiligen Legenden zu einem unvergesslichen Erlebnis macht. Menschlich, nah an der Wahrheit und mit einem Schluck Terpentin im Blut, das sind die vier Musiker aus dem Raum Aschaffenburg. Seien Sie kostenlos dabei und beantworten Sie die Gewinnfrage: Wie heißt die Halle in Oberhausen, wo die Böhse Onkelz mit am Start waren?

Senden Sie bis Dienstag, 24. März, die Lösung, eine E-Mail mit Ihrer Telefonnummer und Adresse an Gewinnspiel@rheinmainverlag.de und dem Kennwort „Heilige Legenden“ und mit etwas Glück sind Sie am Samstag, 28. März, um 20 Uhr im Riesen-Saal. Tickets gibt es an der Aral Tankstelle in Seligenstadt, Autohaus Kittler in Mainhausen, online auf www.events4you.me sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.



Selbstverteidigung für Kinder

Ju-Jutsu-Abteilung der Sportfreunde startet Training nach den Osterferien

Seligenstadt (DK) Die Ju-Jutsu-Abteilung der Sportfreunde Seligenstadt geht nach den Osterferien mit einem Training an den Start, das speziell für Kinder von 8 bis 11 Jahren konzipiert ist. Das neue Ju-Jutsu-Kids-Training findet immer montags von 18 bis 19.15 Uhr in der Sporthalle der Konrad-Adenauer-Schule in Seligenstadt statt. Los geht es am 13. April. Als Trainer konnten die Sportfreunde den erfahrenen Ju-Jutsuka Klaus Wienecke gewinnen, der den schwarzen Gurt trägt und bereits seit über zwanzig Jahren als Trainer bei verschiedenen Vereinen tätig ist. Unter dem Motto „Wecke den Tiger in dir“ vermittelt der Seligenstädter den Kindern dann Technik, Koordination, Fairness und Teamgeist. „Ju-Jutsu ist mehr als nur Selbstverteidigung, die Kinder profitieren körperlich und mental“, erläutert Sportfreund-Cheftrainer Stefan Lechthaler. „Sie bewegen sich viel, ler-

nen den respektvollen Umgang miteinander und stärken ihr Selbstbewusstsein. Sie üben, wie man mit schwierigen oder konfrontativen Situationen umgehen kann – Fähigkeiten, die im Alltag und in der Schule von großem Nutzen sind.“ Da die Teilnehmerzahl zunächst auf 15 Kinder begrenzt ist, gilt „First Come, First Served“. Zum Training anmelden können Eltern ihre Kinder ab sofort unter ju-jutsu.orga@sportfreunde-seligenstadt.de. Falls mehr Anmeldungen eingehen als Plätze verfügbar sind, wird eine Warteliste eröffnet.

Ju-Jutsu: Vielfältige Kampfsportart
Ju-Jutsu ist der Allrounder unter den Kampfkünsten. Nirgendwo sonst ist eine solche Vielfalt von Selbstverteidigungstechniken und Bewegungsmustern zu finden. Es geht immer darum, mit möglichst geringem Krafteinsatz und unter Ausnutzung der Bewegung und Kraft des Gegners Angriffe erfolgreich abzuwehren. So ist es auch Kleineren oder Schwächeren möglich, sich gegen stärkere Angreifer erfolgreich zu verteidigen.

Trainingszeiten
Das neue Kindertraining (8 bis 11 Jahre) sowie das Jugendtraining für Mädchen und Jungen ab 12 Jahren finden montags parallel von 18 bis 19.15 Uhr in der Sporthalle der Konrad-Adenauer-Schule statt. Im Anschluss, von 19.15 bis 20.45 Uhr, trainieren die Erwachsenen. Weitere Informationen

finden Interessierte unter www.sportfreunde-seligenstadt.de/ju-jutsu/. (Anmerkung: Info zu neuem Kindertraining wird in Kürze ergänzt). Kontakt für Interessierte:

Sportfreunde Seligenstadt, Dominik Blum
ju-jutsu.orga@sportfreunde-seligenstadt.de
www.sportfreunde-seligenstadt.de/ju-jutsu/

DER KURIER

AUSLAGESTELLEN

Hier finden Sie unsere Zeitung:

63500 Seligenstadt:
Bürgeramt, Frankfurter Str. 100
Einhardhaus, Aschaffener Str. 3
Rathaus, Marktplatz 1
Der Kurier, Marktplatz 13
AVIA Tankstelle, Dudenhöfer Str. 34
Aral Tankstelle, Frankfurter Str. 102A
Sattler Tankstelle, Steinheimer Str. 111

63533 Mainhausen:
(Zellhausen) Eni Service Station Tankstelle, Industriestr. 2

63512 Hainburg:
(Hainstadt), Kiosk/Lotto, Hauptstr. 61
(Klein-Krotzenburg) Shell Tankstelle, Siemensstr. 2

Sie möchten auch gerne Auslagestelle werden?
Melden Sie sich gerne unter:
info@rheinmainverlag.de

Auslagestellen werben bei uns günstiger!

www.rheinmainverlag.de

DER KURIER

Überfall, Verkehrsunfall	110
Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst	112
Polizeistation Seligenstadt	0 61 82 / 8 93 00
Giftnotruf	0 61 31 / 192 40
Ärztlicher Notdienst	116 117
Zahnärztlicher Notdienst	018 05 / 60 70 11
Evidensia Tierarztpraxis Seligenstadt	0 61 82 / 2 10 26
Seelsorge-Telefon	116 123
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen	116 016
Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch	0800 / 22 55 530
Asklepios Klinik Seligenstadt	0 61 82 / 83-0
Emma-Klinik Seligenstadt	0 61 82 / 96 00
Klinikum Aschaffenburg	0 60 21 / 3 20
Klinikum Hanau	0 61 81 / 2 96-0
Sana Klinikum Offenbach	0 69 / 8 40 50
Ketteler Krankenhaus Offenbach	0 69 / 8 50 50
EVO-Störungsdienst Strom	0800 / 80 60 30 30
ZWO-Störungsdienst Wasser	0 61 06 / 6 99 50
Schlüsseldienst BERND KAUL, 24 h.	0 61 82 / 99 19 85
Kartenverlust: Sperr-Notruf	116 116
Stadtverwaltung Seligenstadt	0 61 82 / 87-0

DER KURIER

NOTDIENSTE

21. bis 27. März

21	TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN Pfortenstraße 19, Telefon 2 51 00
22	APOTHEKE AM TORBAU HEUSENSTAMM Frankfurter Straße 32, Telefon 0 61 04 / 92 47 17
23	VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23
24	LINDEN-APOTHEKE HEUSENSTAMM Hegelstraße 2, Telefon 0 61 04 / 6 11 30
25	SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
26	ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Telefon 41 91
27	FLORA-APOTHEKE OBERTSHAUSEN Dreieichstraße 27, Telefon 0 61 04 / 7 16 50

Goldhaus Obertshausen

VERTRAUEN IST GOLD WERT

Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen wie zum Beispiel:

- Gold
- Silber
- Uhren
- Bestecke & Zinn
- Schmuck
- Münzen
- Barren
- Antiquitäten

Seit über 20 Jahren Ihr Experte vor Ort!

Vertrauen ist Gold wert – besonders, wenn es um Erbstücke und Schmuck geht. Ich bin Holger Honig, Inhaber des Goldhaus Obertshausen und seit über 20 Jahren Ihr Ansprechpartner für den fairen Ankauf von Gold, Silber und Edelmetallen. In angenehmer Atmosphäre berate ich Sie ehrlich, diskret und mit Feingefühl. Ganz ohne Druck – aber mit viel Erfahrung. Schauen Sie vorbei – ich nehme mir Zeit für Sie!

Holger Honig

Holger Honig | Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen
Tel.: 0 61 04 9 53 13 15 | www.goldhaus-obertshausen.de
Mo-Fr: 10.00-13.00 Uhr | 15.00-18.00 Uhr oder nach Vereinbarung

 rechts von der Kirche vor dem Pfarrhaus

Versammlung der ÖVV Klein-Krotzenburg

Klein-Krotzenburg (DK)

Zur Delegiertenversammlung lädt die ÖVV – Gemeinschaft der örtlichen Vereine u. Verbände Klein-Krotzenburg e.V. – die Vereinsvertreter der Mitgliedsvereine für den 25. März um 20 Uhr im Vereinsheim des Kleintierzuchtverein Hasia ein.

Auf dem Programm stehen neben dem Dank an das Prinzenpaar für die hervorragende Kampagne und dem Rückblick auf die Fastnachtskampagne 2026 auch die Berichte des Vorstandes und Kassenprüfers. In der Delegiertenversammlung steht auch die Neuwahl des Vorstandes und eines Kassenprüfers an. Der Vorstand der ÖVV bittet um zahlreiche Teilnahme.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Schweigeminute zum Gedenken der Verstorbenen
3. Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und

Beschlussfähigkeit sowie Genehmigung der Tagesordnung der Versammlung

4. Genehmigung des letzten Protokolls vom 25.11.2025 (wurde bei der Einladung mitgeschickt)
5. Mitteilungen des Vorstandes
6. Rückblick Fastnachtskampagne 2026
7. Dank an das Prinzenpaar
8. Berichte des Vorstandes und Kassenverwalters

9. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes

10. Wahl eines/einer Wahlleiter(in)
11. Wahl des Vorstandes
12. Wahl eines Kassenprüfers/einer Kassenprüferin
13. Verschiedenes

 Rhein Main Verlag

NOCH TERMINE FREI!

GAWE-BAU

Ihr Spezialist für Außenanlagen & Sanierungen

- PFLASTERARBEITEN
- Hofsanierungen
- Plattenarbeiten
- Kellerwandisolierungen
- Erd- & Kanalarbeiten

JETZT ANGEBOT SICHERN!

GAWE-BAU seit 1983
Auf der Beune 9 • 64839 Münster
Tel. 06071 / 391991
www.gawestrassenbau.de

Rufen Sie uns an – kostenlose Beratung!

Herr Eiffler kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung.

Zahle absolute Höchstpreise!
100% seriös und diskret!
+++Barabwicklung vor Ort+++
Mo. – So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06105 / 9 67 60 55

Frau Steinbach kauft an,
Pelze und Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Alt, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Schallplatten, Ferngläser, Krokotaschen, Puppen, Taschen-uhren, Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobelins, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreibmaschinen, Gardinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung, kostel. Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung.

++ zahle absolute Höchstpreise ++
++ 100% seriös, 100% diskret ++
zahle alles bar vor Ort ++ Mo.-So. von 8.00 - 21.00 Uhr, auch an Feiertagen
☎ 069 - 66 05 94 93

Frau Bach kauft: Leder- und Lammfelljacken, Pelze, Nerze aller Art, Silber, Silberbesteck, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Uhren, Münzen, Musikinstrumente, Modelleisenbahn, Kleidung, Goldschlagger, Tennisschläger, Schreib- u. Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Zinn, Teppiche, Brücken, Krüge, Bernstein, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich 7:30 - 21 Uhr, auch am Wochenende.
☎ 069 - 59772692

Frau Friedrich kauft an
Pelze & Zinn, Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Alt-/ Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Schallplatten, Ferngläser, Krokotaschen, Puppen, Taschen-uhren, Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobelins, Gardinen, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreibmaschinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös, 100% diskret, zahle alles bar vor Ort. Mo.-So. von 8.00- 21.00 Uhr, auch an Feiertagen. Tel.: 069 - 34 87 58 42

Frau Krämer sucht alte Schätze und Antiquitäten jeglicher Art:
Näh- und Schreibmaschinen, Massivholzmöbel, Sammelkassen, Schallplatten, Cd's, Briefmarken, Pelze, Kleidung, Taschen, Silberbesteck, Zinn, Bleikristall, Modeschmuck, Goldschmuck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Uhren, Münzen, Perlen, Bernstein, Bobelins, Teppiche, Orden, Kameras, Ferngläser, Puppen, Krüge, Konvolute, Komplette Nachlässe & Haushaltsauflösungen. Kostenlos & unverbindlich. Barabwicklung vor Ort! Telefon: 0176 - 89 83 66 87

Herr Benz kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung.

Zahle absolute Höchstpreise!
100% seriös und diskret!
+++Barabwicklung vor Ort+++
Mo. – So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06104 / 98 79 935

Ida kauft an:
Pelze aller Art. Zahle bis zu 5000€. Lederjacken, Bilder, Bruchgold, Altgold, Zahngold, Bernsteine, Ferngläser, Bleikristall, Tischdecken, Gardinen, Porzellan, Gold-u. Silbermünzen, Gemälde, Taschenuhren, Armbanduhren, Schmuck, Perlen, Briefmarken, Perücken, Figuren, Modeschmuck, Eisenbahnen, Schallplatten, Bücher, Silberbesteck, Vorhänge, Abendgarderobe, Teppiche, alte Möbel, Nähmaschine, Schreibmaschine, Puppen, Kleidung, Zinn, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Krüge, Krokotaschen, Markentaschen. Kostenlose Hausbesuche und kostenlose Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr erreichbar 0178 / 46 12 931

Achtung - Achtung! Herr Berger kauft Pelze, Nerze, Silberuhren aller Art. Schallplatten, Näh-/ Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Orden, Figuren, komplette Nachlässe, auch Haushaltsauflösungen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck. 100% seriös und diskret. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie kostenlose Werteschätzung. Zahle Bar vor Ort, täglich von 7.30 - 20.30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. Tel.: 069 - 25 71 84 43

KFZ-ANKAUF

WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND

PKW BUSSE GELÄNDEWAGEN WOHNMOBIL UNFALLWAGEN MOTORRAD

ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag – Sonntag)!

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de • www.kfz-ankauf-24h.de

EGRO

Direktwerbung GmbH

Zusatzjob ideal für

- Aktive Hausfrauen
- Mobile Rentner
- Selbstständige im AD
- Alle, die ein Auto haben

Wir wachsen und suchen
ab sofort
Kontrollleur (m/w/d)

- Sie sind:**
- Mobil mit eigenem PKW und übers Handy erreichbar
 - Gerne unterwegs und haben Spaß am Umgang mit Menschen
 - Durchsetzungsstark bei stets freundlichem Auftreten
- Wir bieten:**
- Lukrativen Nebenverdienst
 - Dauerhafte Beschäftigung
 - Sicherheit eines zuverlässigen Arbeitgebers
 - Solide Einarbeitung

Bewerben Sie sich hier:
info@egro-direktwerbung.de
oder anrufen unter Tel.: 0 61 04 / 49 70-0

Weitere Infomationen: www.egro-direktwerbung.de

Egro-Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen

 **120 km Draht und Gitter**
1900 Türen und Tore am Lager

ZÄUNE • GITTER • TORE

Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 98810
Fax (06071) 5161
www.draht-weissbaecker.de
E-Mail: draht@weissbaecker.de

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore • Drehkreuze
- Schranken • Türen • Pfosten
- Sicherheitszäune • Tore
- Mobile Bauzäune • Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen • Gabionen
- auch **Montagen**
- auch **Privatverkauf**

KFZ BAR ANKAUF
Alle Fahrzeuge
PKW's, Busse, Geländewagen, Oldtimer, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger.
Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.
Telefon: 06158 / 60 86 988 • 0173 / 30 87 449

Kaufe Motorräder alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chopper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Auch mit Mängel oder Unfall. Bitte alles anbieten. Zahle bar.
Tel.: 0173 / 30 87 449 • 06158 / 60 86 991

SUCHE FAHRZEUGE
PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.
Tel.: 06258 / 50 89 921 • 0151 / 718 723 06

Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren, Bagger, Anhänger, Baumaschinen, zahle bar und Höchstpreise!
Tel.: 0151 / 718 723 06 • 06258 / 50 89 921

Seriöser Käufer sucht:
Antike Möbel, Fotoapparate, Porzellan, Bücher, Uhren, Gemälde, Bierkrüge, Design, Kunst etc. ☎ 0163 6909267

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, www.wm-aw.de Fa.

Kaufe Wohnmobile & Wohnwagen, Zustand egal auch mit Mängel Tel. 0174/6004673

Hildegard 73 J., bin Witwe, schön u. jung geblieben, ohne Anhang, ich sehne mich nach Liebe u. Zärtlichkeit, mag alte Schlager u. gemütliche Fernsehabende, ich habe über 35 Jahre bei einem Allgemeinarzt gearbeitet, ich suche pv einen guten, anständigen Mann, den ich gerne umsorgen u. verwöhnen möchte, bis ca. 80 J. ☎ 0157 - 75069425

Kaufe Autos
PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln, Zustand egal. Bitte alles anbieten, zahle bar und fair.
24 Stunden erreichbar!
06157 / 91 68 006
0177 / 31 05 303

Kaufe Damen- u. Herrenbekleidung von Kopf bis Fuß, auch Pelzmäntel u. Pelzjacken und Goldschmuck aller Art. Anrufen lohnt sich: 0174-8043973.

Automarkt

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel. 03944/36160, www.wm-aw.de Fa.

Endlich ein Bad zum Wohlfühlen

Meisterbetrieb für erstklassige Badmodernisierung

DAS BIETEN WIR

- Erstklassige Beratung
- Barrierefreie & ebenerdige Lösungen
- Hochwertige Markenprodukte
- Saubere & termingerechte Ausführung

Radex Objektmanagement GmbH
Telefon: 06074 - 96 06 20

Odenwaldstraße 61
63322 Rödermark

badprofi@radex-gmbh.com

 **RADEX**
BAUEN. SANIEREN. TECHNIK.



„Jeder investierte Euro wirkt finanziell und ökologisch“

Volks-Invest Energieexperte Ashton J. Fruhling über sichere Solar-Investments und warum jetzt der perfekte Zeitpunkt ist

Die Energiewende braucht nicht nur Visionen, sondern auch klare Lösungen und Investitionen, die sich für alle lohnen. Ashton J. Fruhling, Geschäftsführer der Solibra System Montage GmbH und Experte für Photovoltaik-Großanlagen, erklärt im Interview, warum Solarparks zu den sichersten und zukunftsfähigsten Anlageklassen gehören. Und wie jeder dank Volks-Invest mit kleinen Beträgen ganz einfach einsteigen kann.



Herr Fruhling, Solibra baut Solarparks, also genau die Art von Projekten, in die Privatpersonen über Volks-Invest investieren können. Warum sind erneuerbare Energien heute eine der sichersten und zukunftsfähigsten Anlageklassen?

Fruhling: Erneuerbare Energien sind deshalb sicher und zuverlässig, weil sie uns unabhängig von fossilen Brennstoffen machen. Photovoltaik-Anlagen sind ausgereifte Technologie mit jahrzehntelanger Haltbarkeit. In Deutschland garantiert

der Staat für 20 Jahre eine Mindestvergütung, die die Investition absichert. Gleichzeitig nutzen wir Batteriespeicher, um den Strom intelligent zu vermarkten und höhere Erträge zu erzielen. So bieten Solarparks Sicherheit, Stabilität und attraktive Renditen. Perfekt für Kleinanleger:innen.

Was können Anleger:innen, die über Volks-Invest in einen Solarpark investieren, erwarten?

Anleger:innen können mit einer Investition in Solarkraftwerke stabile und gut prognostizierbare Erträge erwarten. Über einen Zeitraum von 20 Jahren erzielen diese Anlagen eine attraktive Rendite, deutlich über klassischen Sparprodukten wie dem Sparbuch. Die Amortisation erfolgt bereits nach etwa 12 Jahren. Im Vergleich zu vielen anderen Anlageklassen bietet eine Investition in Photovoltaik-Kraftwerke nicht nur höhere Renditen, sondern auch mehr Sicherheit. Es handelt sich um ein solides Investment in die Zukunft unserer Energieversorgung, nachhaltig und wirtschaftlich lohnend.

Viele fragen sich: Wie sicher ist mein Geld in einem Solarpark? Wie werden Investor:innen vor Risiken wie Wartungskosten, Wetterschäden oder politischen Änderungen geschützt?

Die Sicherheit Ihrer Investition

hat für uns höchste Priorität. Unsere PV-Kraftwerke werden rund um die Uhr online überwacht. Eine spezielle Software erkennt sofort Fehler, Produktionsausfälle oder Unregelmäßigkeiten. Dank unseres Serviceteams und eines gut ausgebauten Netzwerks werden Störungen mit kürzesten Reaktionszeiten behoben. So erreichen wir eine technische Verfügbarkeit von mindestens 99 Prozent. Zusätzlich sind alle Anlagen über namhafte Versicherer mit einer Allgefahrenversicherung abgesichert. Diese deckt nicht nur Haftpflicht- und Sachschäden ab, sondern sichert auch den Ausfall der Vergütung, etwa bei längeren Reparaturen nach Elementarschäden. Investor:innen tragen somit kein Risiko für technische Ausfälle oder Wetterschäden.

Warum sind nachhaltige Projekte oft auch wirtschaftlich stabiler als klassische Anlagen?

Der Strombedarf steigt kontinuierlich, etwa durch E-Mobilität, Elektro-LKWs und E-Busse im öffentlichen Nahverkehr. Erneuerbare Energien decken diesen Bedarf klimaneutral und sparen dabei massiv CO₂ ein. Gleichzeitig wird Strom durch die steigende Nachfrage langfristig teuer, was die Vermarktung von Solarstrom noch rentabler macht. Für Investor:innen bedeutet das einen doppelten Nutzen: Sie er-

zielen stabile, zukunftssichere Renditen und leisten gleichzeitig einen echten Beitrag zum Klimaschutz. Jeder investierte Euro wirkt so finanziell und ökologisch.

Wie sehen Sie die Entwicklung von erneuerbaren Energien in den nächsten 5 bis 10 Jahren?

Die Energiewende läuft, ab 2030 ersetzen Erneuerbare die Kohlekraftwerke und übernehmen die Grundlast. Batteriespeicher werden immer leistungsfähiger und ermöglichen es, Solarstrom flexibel zu speichern und zu vermarkten. Bestehende Anlagen lassen sich später durch „Repowering“ mit wenig Aufwand modernisieren und leistungsstärker machen. Für Kleinanleger:innen heißt das: Sie investieren in eine zukunftssichere Technologie, die durch Fortschritte immer rentabler wird und gleichzeitig die Energieversorgung klimaneutral gestaltet.

Viele Leser:innen haben noch nie in erneuerbare Energien investiert. Welchen ersten Schritt würden Sie ihnen raten?

Mein Rat: Beginnen Sie mit einem Betrag, der zu Ihren Möglichkeiten passt. Bei Plattformen wie Volks-Invest können Sie bereits mit kleinen Summen – etwa 50 Euro – in Solarprojekte investieren und so risikoarm Erfahrung sammeln. Wer die Mechanismen verstanden hat, kann später immer noch grö-



Ashton J. Fruhling, Geschäftsführer der Solibra System Montage GmbH

Foto: privat

ßere Beträge einsetzen. So wird der Einstieg einfach und flexibel.

Warum ist jetzt der perfekte Zeitpunkt, um in erneuerbare Energien zu investieren?

Jetzt ist der ideale Zeitpunkt, weil Anlagen, die heute ans Netz gehen, sich die aktuelle Vergütung und das Vermarktungssystem für die nächsten 20 Jahre sichern – und das ist in Deutschland staatlich garantiert. Diese Planungssicherheit gibt es selten. Plattformen wie Volks-Invest machen den Einstieg besonders einfach: Mit kleinen Beträgen und ohne komplizierte Prozesse können auch Privatanleger:innen direkt von dieser stabilen und

zukunftssicheren Anlageklasse profitieren. So wird nachhaltiges Investieren für alle zugänglich. (Interview: SU)

Mit Volks-Invest können Sie Ihr Geld wieder aktiv für sich arbeiten lassen. Registrieren Sie sich und seien Sie dabei. Ihre finanzielle Zukunft startet heute!

Mehr Infos & ganz einfach registrieren: www.volks-invest.de



Wackelig auf den Beinen?

Wie Sie bei Schwindelbeschwerden wieder mehr Sicherheit finden

Was für andere selbstverständlich ist, fühlt sich mit Schwindel an wie ein wackliger Balanceakt. Jeder Gang wird zur Herausforderung, jede Bewegung zur Unsicherheit. Taumea hilft, Schwindelbeschwerden zu lindern.

Ungefähr jeder 6. Patient klagt beim Hausarzt über Schwindel. Jährlich kommen etwa 11 Prozent neue Schwindelpatienten hinzu. Das Risiko, dass im Laufe des Lebens Schwindelbeschwerden auftreten, liegt bei jedem Menschen bei 30 bis 40 Prozent.



Das Gefühl zu taumeln, statt sicher zu gehen – jeder Dritte in Deutschland kennt das Problem

Ein spezieller Dual-Komplex bekämpft

Schwindelbeschwerden

Während sich einige von Schwindel Betroffene fühlen wie bei einer Karussellfahrt, haben andere das Gefühl, von einem Sog gezogen zu werden – typische Anzeichen für Dreh- und Liftschwindel. Und als wäre das nicht genug, kommen oft auch noch Begleitscheinungen wie Kopfschmerzen, Sehstörungen, Übelkeit und Benommenheit dazu. Die gute Nachricht: Sowohl Schwindelbeschwerden als auch die häufigen Begleitsymptome können heute erfolgreich behandelt werden.

Nach intensiver Recherche gelang es einem Team aus Wissenschaftlern, zwei Heilpflanzen zu finden, die bei Schwindelbeschwerden sowie häufigen Begleitsymptomen, wie z. B. Kopfschmerzen und Übelkeit, helfen können: Anamirta cocculus (Scheinmyrte) und Gelsemium sempervirens (Gelber Jasmin). Ein Dual-Komplex aus diesen beiden pflanzlichen Wirkstoffen ist in den rezeptfreien Arzneitropfen Taumea (rezeptfrei, Apotheke) enthalten. Taumea

hat keine bekannten Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.

Auch wenn Schwindel häufig harmlos ist: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Für Ihre Apotheke:

Taumea
(PZN 07241184)



www.taumea.de

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen



Zu viel im Kopf, zu wenig Schlaf

Mit diesem Arzneimittel werden Ihre Nächte wieder erholsam

Angespannte Weltlage, Dauerbelastung und Zukunftsangst können Auslöser von innerer Unruhe sein. Dieses Gefühl einer andauernden Angspanntheit führt häufig zu Schlaflosigkeit.

Baldrian fördert die Schlafbereitschaft

Experten empfehlen bei nervös bedingten Schlafstörungen häufig pflanzliche Arzneimittel, da diese den Körper schonen. Aus wissenschaftlicher Sicht sticht Baldrian besonders hervor. Denn dessen Wirksamkeit ist in Studien belegt.² Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Arznei-

mittel mit einer hohen Dosis Baldrianwurzelextrakt können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Deshalb empfehlen wir: Baldriparan – Stark für die Nacht (Apotheke, rezeptfrei). Das Besondere: Baldriparan beschleunigt nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹.

Besser schlafen ohne Gewöhnungseffekt

Doch nach vielen schlaflosen Nächten ist es mit einer erholsamen Nacht nicht getan. Deshalb ist kontinuierliche Hilfe gefragt. Doch unser Körper gewöhnt sich

häufig an viele Präparate und deren Wirkung lässt nach. Bei Baldriparan besteht dieses Risiko nicht. Es beschleunigt das Ein- und fördert das Durchschlafen¹ – ganz ohne Gewöhnungseffekt.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden

TAUMEA. Wirkstoffe: Anamirta cocculus Dtl. D4, Gelsemium sempervirens Dtl. D5. TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. • ²Dom, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84. Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält: Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de

• Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Ohne Risiko!
Militärorden
Unverbindliche Beratung
Transparente Abwicklung
Seriöser Ankauf
Sofortige Barauszahlung



Das Goldhaus Heusenstamm

Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm



AKTIONSTAGE

MONTAG
23.
MÄRZ

DIENTAG
24.
MÄRZ

MITTWOCH
25.
MÄRZ

DONNERSTAG
26.
MÄRZ

FREITAG
27.
MÄRZ

SAMSTAG
28.
MÄRZ

Tel.: 06104 - 670 79 40

ACHTUNG! Die Experten sind nur in den Aktionstagen für Sie vor Ort

Ankauf von:

- Ringe & Ketten
- Goldschmuck
- Altgold
- Bruchgold
- Weissgold
- Zahngold (auch mit Zahn)
- Silber
- Silberbesteck
- Silberschmuck
- Porzellanpuppen

- Alte + Designertaschen
- Bernstein
- Münzen
- Platin
- Uhren aller Art
- Diamanten
- Modeschmuck
- Alte Gemälde
- Pelze + Lederjacken/Mäntel* und vieles mehr....

*Ankauf von Pelzen sowie Lederwaren nur in Verbindung mit Gold



Wir zahlen sofort den ermittelten Wert in BARGELD aus!

Öffnungszeiten

Mo. - Fr.: 10:00 - 18:00 Uhr | Sa.: 10:00 - 14:00 Uhr

FAMILIENBETRIEB
seit 1980

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel zum Höchstpreis bis zu 3.500 €*



Gerne überprüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit! Hausbesuche bis zu 60 km kostenlos!

Goldschmuck aller Art



Bernstein



Markenuhren aller Art



Zahngold (auch mit Zähnen)



Gold- & Silbermünzen



Feingold



Wir zahlen zur Zeit bis zu

165,00*

*€/pro Gramm

Ihre Vorteile:

- kostenlose Beratung
- kostenlose Wertschätzung
- transparente Abwicklung
- Bargeld sofort

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir beraten Sie gerne unverbindlich und kostenlos vor Ort oder bei Ihnen zu Hause

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel zum Höchstpreis bis zu 3.500 €*



Porzellan namhafter Hersteller**



Wir zahlen bis zu 800,- € für Krokodertaschen

Silberbesteck



Modeschmuck

Machen Sie Ihren Pelz zu BARGELD!

ACHTUNG! ACHTUNG! ACHTUNG!
Letzter Aufruf vor Saisonschluß!

Wir zahlen bis zu 6.500,- €*

LETZTE CHANCE

* in VB mit Gold

Wir suchen ALLE Arten von Pelzen*



Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Chincilla

Wir zahlen bis zu 2.500,- €**

für alte Gemälde, Tierpräparate, Porzellanpuppen, Kamin + Standuhren und Porzellan



Parkplätze vorhanden

Tel.: 06104 - 670 79 40

Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm



Top-Spiel am Samstag: Sportfreunde empfangen Tabellenführer Kickers Offenbach II

Die Blauen und Klein-Krotzenburg müssen auswärts ran

(DK) Mehr Spitzenspiel geht nicht, wenn am Samstag um 15 Uhr die Sportfreunde Seligenstadt auf Spitzenreiter OFC II treffen. Sollten die Roten an der Aschaffburger Straße gewinnen, springt das Team von Sportfreunde Trainer Nico Wegmann selbst an den Platz an der Sonne, wenngleich sowohl der OFC als auch Unter-Flockenbach ein Spiel weniger absolviert haben. Der letzte Sieg in Dortelweil bringt viel Selbstvertrauen. Motivieren braucht Wegmann sein Team nicht, wenn der Tabellenführer kommt. In der Kreisoberliga will die Sportvereinigung Seligenstadt

ihre Erfolgsserie weiter ausbauen. Nach der Winterpause holte das Team von Alexander Tretin drei Siege aus drei Spielen und kletterte auf Platz 2, der zur Aufstiegsrelegation berechtigt. Lediglich die 7 Gegentreffer aus den letzten beiden Partien sind ein kleines Haar in der Suppe. Am Sonntag reisen die Einhardstädter zur SG Egelsbach. Die Gastgeber stehen in Mittelfeld der Liga, können sich aber nicht mehr viele Pleiten erlauben, um nicht noch einmal in den Abstiegskampf verwickelt zu werden. Ein Wiedersehen mit alten Bekannten gibt es bei der Be-



Nicht zu bremsen sind die Blauen in der Kreisoberliga. Hier mit Vuk Toskovic. Foto: ah



gegnung zwischen der SG Nieder-Roden und Germania Klein-Krotzenburg, wenn das Team von Trainer Marco Fritscher auf die Brüder Kolchak trifft. Beide Teams stehen im gesicherten Mittelfeld der Liga und haben keinen Druck, weder nach unten noch nach oben. Der SV Zellhausen ist nach zwei Unentschieden in Folge auf Rang 3 abgerutscht und ist am Wochenende spielfrei. Nach dem starken Auftritt der Hainstädter bei Türk. Offenbach sollte das Heimspiel gegen Kickers Obertshausen II nur Formsache sein. Der Gast hat bereits 62 Gegentreffer kassiert und Hainstadt Trainer

Patrick Griehl wird sein Team motivieren weitere Treffer hinzukommen zu lassen. Die TSG Mainflingen reist nach ihrem Achtungserfolg gegen Spitzenreiter Rumpenheim nun zur SG Nieder-Roden II. Hier sind drei Punkte fest eingeplant. Die Mainflinger können bei 14 Punkten Rückstand auf die ersten beiden Plätze bereits für die nächste Saison planen. Trainer Chris Heegen (Foto) hat die Möglichkeit auszuprobieren und Spielern mit wenig Spielzeit etwas Spielpraxis zu geben. Die TuS Froschhausen belegt mit drei Partien weniger aktuell den siebten Platz, kann aber dicht an den Aufstiegs-

relegationsplatz 2 ran rücken. Am Sonntag erwartet das Team von Trainer Marlon Her-

burg zur Pflichtaufgabe den Tabellenletzten Espanol Offenbach II.

Tennisclub lädt zur Versammlung

Klein-Krotzenburg (DK) Der Vorstand des 1. TC Klein-Krotzenburg lädt alle Tennispieler und -spielerinnen herzlich zur diesjährigen Mitgliederversammlung ein. Sie findet am Montag, 23. März, um 19 Uhr im Clubhaus des Tennisvereins statt. Auf der Tagesordnung ste-

hen unter anderem neben den Berichten von Vorstand, Kassenwart und Kassenprüfer Neuwahlen mehrerer Vorstandsposten. Vorgestellt wird der neue Veranstaltungskalender und der Haushaltsvorschlag für das Jahr 2026. Über rege Beteiligung würde sich der Vorstand des 1. TC freuen.

IHR PROFI FÜR HAUS & GARTEN

VORHER **NACHHER**

Wir arbeiten mit einem Hochdruckreiniger mit 80% Luft und 20% Wasser.

Wir versiegeln den Stein mit einer Schutzmischung. Durch diese Versiegelung garantieren wir, dass Jahre kein Moos, keine Algen oder hartnäckiger Schmutz auftreten werden.

Nach der Reinigung verfugen wir die Fugen auf Wunsch erneut mit verschiedenen Sandarten.

VORHER

NACHHER

VORHER

NACHHER

VORHER

NACHHER

VORHER

NACHHER

- Pflasterreinigung
- Gehwegreinigung
- Terrassenreinigung
- Wintergartenreinigung
- Fassadenreinigung
- Dachreinigung
- Reinigungsarbeiten
- Holz streichen
- Haushalts- & Firmenaufösungen
- Entsorgung von Bauschutt, Holz, Grünschnitt usw.

- Keller auf-/ ausräumen
- Fliesen abstemmen
- Renovierungsarbeiten
- Tapete entfernen
- Gartenarbeiten und -Gestaltung aller Art
- Grün-, Hecken- und Baumschnitt aller Art
- Abrissarbeiten u.v.m.
- Rollrasen verlegen
- Gartenpflege
- Zaunbau & Aufbau von Gartenhütten

100% Kundenzufriedenheit

06106/2791922

300€ Neukundenrabatt bis zum 31.03.26

KOMPETENT UND ZUVERLÄSSIG

CK

HAUSMEISTERSERVICE

SERVICE RUND UM DAS HAUS

KOSTENLOSE BERATUNG

info@christians-hausmeisterservice.de
www.christians-hausmeisterservice.de
63110 Rodgau • Hochstädter Str. 16

URSAL®

Abdichtungstechnik GmbH

SCHIMMEL IM HAUS?

WIR LEGEN IHR MAUERWERK TROCKEN!

- ✓ Keine Putzkosmetik - wir beheben die Ursache!
- ✓ Fachgerechtes Trockenlegen von feuchten Räumen
- ✓ Beseitigung von nassen Kellerräumen
- ✓ Dauerhaftes Abdichten von Mauern

Mit URSAL 2000 S wird die Ursache von Schimmelbildung und feuchten Wänden auf Dauer beseitigt. Kostenlose Fachberatung am Objekt mit elektronischer Feuchtigkeitsmessung inklusive.

10 Jahre Garantie!

seit 45 Jahren bewährt

URSAL Abdichtungstechnik GmbH
Groß-Gerauer-Weg 52
64295 Darmstadt • www.ursal.de
info@ursal.de • Tel.: 06151 / 31 46 26

KOSTENLOSE UND UNVERBINDLICHE BERATUNG:

06151/314626